

Questionnaire to be filled by investigators from DebreBrihan Zonal sectors civil

The aim of this questionnaire is to study the prevalence of hypertension and its lifestyle risk factors. Therefore, your answers are very important for the success of this study.

For your exact and correct information thank you in advance!

- [illegible]

17. Which of the following best describes your physical activity at home or during leisure time in a typical week? 1. No physical activity 2. Walking for 10 minutes 3. More than 30 minutes moderate and vigorous physical activity 2-3 days/week
18. When was your blood pressure last measured by a health professional?
1. Within past 12 month 2. 1-2 years ago 3. Above 2 years 4. Never had my BP checked before
19. Have you ever been diagnosed by a doctor or other health worker that you have diabetes? 1. Yes 2. No
20. To be filled by investigators
- 1. Height in meter _____
 - 2. Weight in kilogram _____
 - 3. Blood pressure -----

THANK YOU!!!

የዚህ መጠይቅ ዋና ዓላማ የደም ግፊትን መጠንና ስርጭትን ለማወቅ እና ለዚህ በሽታ የሚያጋልጡ ነገሮችን ለማጥናት የታሰበ ነው። ስለዚህ የርስዎ መልስ ለዚህ ጥናት ስኬታማነት እጅግ አስፈላጊ ነው። ስምዎን መጥቀስ አያስፈልግም።

ስለሚሰጡት ትክክለኛ መረጃ ከልብ እናመሰግናለን።

1. ጾታ 1.ወንድ 2.ሴት
2. ዕድሜ 1. 21-40 ዓመት 2. 41-50 ዓመት 3. 51-60
3. የጋብቻ ሁኔታ
 1. ያላገባ/ች 2. ያገባ/ች 3.የትዳር አጋር በሞት የተለየችው/ያት 4.የፈታ/ች
4. የት/ት ደረጃ
 - 1.8⁺ኛ ያጠናቀቀ 2. ዲፕሎማ 3.የመጀመሪያ ዲግሪ 4. ሁለተኛ ዲግሪ
5. የእምነት ሁኔታ 1. አርቶዶክስ 2. ሙስሊም 3.ፕሮቴስታንት
6. አማካኝ ወርሀዊ የቤተሰብ ገቢ
 1. <2000 ብር 2. 2001-3500 ብር 3.>3500
7. ስለ ሲጋራ ማጨስ አንተን የሚገልጽህ/ሽ የትኛው ነው?
 1. በጭራሽ አላጨስም 2. አሁንም አጨሳለሁ 3. ሲጋራ ማጨስ አቁሚያለሁ።
8. ሲጋራ ማጨስ በስንት ዕድሜህ ጀመርክ/ሽ?-----
9. በአማካኝ በቀን ምን ያህል ሲጋራ ታጨሳለህ/ሻለሽ? 1. 1-3 ሲጋራ 2. 4-6 ሲጋራ 3- 7-8 ሲጋራ
10. ለአንተ አመለካከት ሲጋራ ማጨስ ጥሩ ነው ብለ ህታስባለህ? 1. አዎ 2. አይደለም
11. ስለ አልኮል መጠጥ አንተን የሚገልጽህ ምርጫ የትኛው ነው?
 1. በፍጹም አልጠጣም። 2. እጠጣለሁ። 3. መጠጥ አቁሜያለሁ።
12. በቀን በአማካኝ ምን ያህል ሊትር አልኮል ትጠጣለህ ?
 1. 1 ሊትር 2. 2 ሊትር 3. 3 ሊትር
13. በቀን ዉስጥ ምን ያህል ትጠጣለህ/ጫለሽ? 1. 1 ጊዜ 2. 2 ጊዜ 3. 3 ጊዜ
14. በአማካኝ ምን ያህል ጊዜ አታክልት እና/ወይም ፍራፍሬትመገባለህ/ቢያለሽ?
 1. በየቀኑ 2. በሳምንት 2-3 ጊዜ 3. ለበአል እና ማህበራዊ ጉዳዮች ጊዜ
15. ቤተሰብህ/ሽ ውስጥ (አባት፣እናት፣ወንድም ወይም እህት) በደም ግፊት ህመም የተያዘ ሰው አለ? 1. አለ 2. የለም

16. ከቤተሰብህ/ሽ ውስጥ (አባት፣እናት፣ወንድም ወይም እህት) የስኳር ህመም ታካሚ አለ?

- 1.አዎ 2. የለም

17. በአማካኝ በሳምንት ውስጥ የእረፍት ጊዜ የሰዓት እንቅስቃሴህ/ሽን በደንብ የሚገልፅህ/ሽ የትኛው አማራጭ ነው?

1. የሰዓት እንቅስቃሴ አላደረግም
2.ለ 10 ደቂቃ የሚሆን የእግር ጉዞ አደርጋለሁ
3. በሳምንት 2-3 ጊዜ ፈጣንና ከባድ የሰዓት እንቅስቃሴ አደርጋለሁ

18. ለመጨረሻ ጊዜ የደም ግፊት በጤና ባለሙያ የተላካሽዉ/ሽዉ መቼ ነው?

1. በዚህ 12 ወር ውስጥ 2. 1-2አመት ባለው ጊዜ ውስጥ
3. ከ ሁለት ዓመት በላይ 4. ተለክቼ አላዉቅም

19. የስኳር ህመም እንዳለብዎት የጤና ባለሙያ ተናግሮዎት ያዉቃል ?

- 1.አዎ 2. አያውቅም

20. በጥያቄው የሚሞላ

1.ቁመት (በሜትር) ----- 2.ክብደት (በኪሎ ግራም) -----

3. የደም ግፊት 1. -----ጊዜ 2. -----ጊዜ 3.-----ጊዜ

እናመሰግናለን!